

Nuevo Coronavirus (COVID-19)

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles Protocolo de reapertura para el uso de playas públicas del 13 de Mayo

El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles está adoptando un enfoque por etapas, respaldado por la ciencia y por los conocimientos de salud pública, para permitir que las personas nuevamente comiencen a usar los espacios públicos en formas en las que se limite el riesgo de exposición al COVID-19. **Acorde a ello, el 13 de mayo, el Condado de Los Ángeles está reabriendo las playas de manera limitada para brindar a los residentes mayores opciones de recreación al aire libre.** Mantenerse físicamente activo es una de las mejores maneras de mantener su mente y cuerpo saludables. El uso de las playas públicas puede ser una forma importante de aliviar el estrés, tomar aire fresco y vitamina D, mantenerse activo y conectarse de manera segura con la naturaleza. Durante la pandemia de COVID-19, es de vital importancia que siga las siguientes reglas de que hacer y qué no hacer al usar las playas, de manera que pueda mantenerse a usted y a otros saludables.

QUE DEBE HACER

1. Prepárese antes de visitar la playa.
 - a. Verifique qué áreas o servicios están abiertos y traiga lo que necesita. Se puede encontrar información sobre las playas del condado de Los Ángeles en beach.lacounty.gov.
 - b. Las playas actualmente están abiertas solo para recreación activa de manera individual y en familia, que se limita a nadar, surfear, correr y caminar.
2. Siga todas las reglas, regulaciones y cualquier restricción de acceso publicadas en las playas.
3. Planee limitar su tiempo en la playa para permitir que otros tengan la oportunidad de participar en actividades activas recreativas sin crear condiciones de hacinamiento (amontonamiento) que puedan conducir al cierre de playas.
4. Manténgase al menos a seis (6) pies de otras personas que no sean miembros de su hogar en todo momento, tanto dentro como fuera del agua.
5. Todos necesitan usar cobertores faciales (cubre bocas) mientras están fuera del agua si hay otras personas cerca. Los bebés y niños menores de 2 años no deben usar cobertores faciales de tela. Los que tengan entre 2 y 8 años deben usarlos bajo la supervisión de un adulto para asegurarse de que el niño pueda respirar de manera segura y evitar el ahogamiento o la asfixia. Cualquier persona que tenga problemas para respirar o que no pueda quitarse los cobertores faciales sin ayuda no debe usarlos.
6. Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - a. Los baños de la playa estarán abiertos, pero se adherirán a los protocolos de distanciamiento físico (social)
7. No comparta bebidas o alimentos con otras personas que no sean de su mismo hogar.

Recomendaciones (no requisitos):

1. Use protector solar con al menos SPF 15 y vuelva a aplicarlo si permanece al sol por más de dos horas y después de nadar, sudar o secarse con una toalla.

Nuevo Coronavirus (COVID-19)

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles Protocolo de reapertura para el uso de playas públicas del 13 de Mayo

2. Traiga agua y desinfectante para manos o toallitas desinfectantes para lavarse o desinfectarse las manos con frecuencia.

QUE NO DEBE HACER

1. Evite las zonas abarrotadas o las multitudes en la playa.
2. No se permite llevar sillas, toldos, refrigeradores, parrillas; ni sentarse o tomar el sol.
3. No se permiten reuniones de cualquier tamaño u otros eventos en las playas, incluidas competiciones deportivas, campamentos juveniles o programas recreativos.
4. No estacione en los estacionamientos de la playa. Estos lotes permanecen cerrados.
5. Los muelles, los senderos para bicicletas, las canchas de voleibol y las aceras o malecón están cerrados, excepto con el propósito de que los clientes puedan acceder a las puertas y a la acera de los negocios minoristas; y a los negocios esenciales que se encuentran a lo largo del malecón.
6. No se permiten concesiones ni venta de alimentos. Traiga lo que pueda llegar a necesitar con usted.

Sepa dónde obtener información confiable

Tenga cuidado con las estafas, las noticias falsas y los engaños que rodean al nuevo coronavirus. La información precisa, incluidos los anuncios de nuevos casos en el condado de Los Ángeles, siempre será distribuida por Salud Pública a través de comunicados de prensa, redes sociales y nuestro sitio web. El sitio web tiene más información sobre el COVID-19, incluyendo preguntas frecuentes, infografías y una guía para lidiar con el estrés, así como consejos sobre el lavado de manos.

- Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH, por sus siglas en inglés. Condado)
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - Redes sociales: @lapublichealth

Otras fuentes confiables de información sobre el nuevo coronavirus son:

- Departamento de Salud Pública de California (CDPH, por sus siglas en inglés. Estatal)
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés. Nacional)
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

Si tiene preguntas y desea hablar con alguien, llame a la línea de Información del Condado de Los Ángeles 2-1-1 que está disponible las 24 horas del día.

